

1. Bestandteile des Polar Herzfrequenz-Meßgerätes



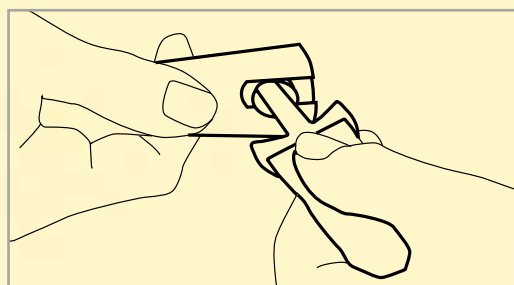
Der Armbandempfänger A1™ zeigt Ihre Herzfrequenz an.



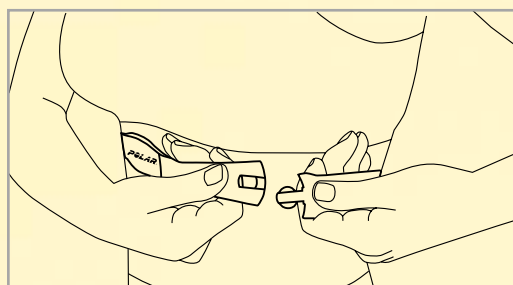
Der Sender T31™ ermittelt Ihre Herzfrequenz und übermittelt diese per Funk EKG-genau an Ihren Armbandempfänger.



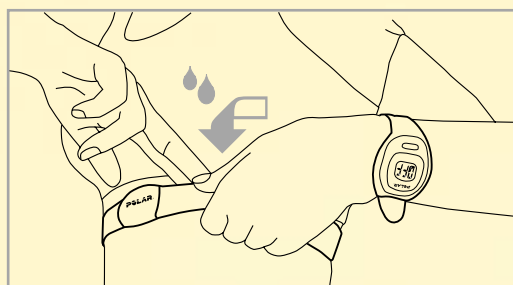
Der elastische Gurt hält den Sender in der richtigen Position.



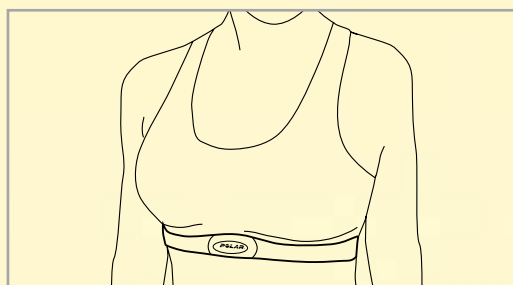
1 Den Sender mit dem elastischen Gurt verbinden.



2 Die Gurtlänge so einstellen, dass der Gurt gut, jedoch nicht zu locker oder zu eng anliegt. Den Gurt um die Brust legen, sodass das Polar Logo nach außen zeigt und in der richtigen Position unterhalb des Brustmuskels bzw. Brustansatzes sitzt.



3 Den Sender leicht von der Haut abheben und Elektroden (die zwei gerippten, ovalen Zonen auf der Rückseite des Senders) befeuchten.



4 Überprüfen Sie, dass die Elektroden flach auf Ihrer Haut anliegen und sich das Polar Logo in der Mitte befindet und aufrecht ist.

2. Starten der Herzfrequenz-Messung

1 Achten Sie darauf, dass der Abstand zwischen Sender und Empfänger maximal einen Meter beträgt. Prüfen Sie, dass Sie sich nicht in der Nähe von anderen Personen mit Herzfrequenz-Meßgeräten bzw. elektromagnetischen Störquellen befinden.

2 Drücken Sie die Taste zum Starten.



3 Das Symbol ♥ für die Herzfrequenz blinkt im Takt Ihres Herzschlags. Die Stoppuhr beginnt zu laufen. Ihre Herzfrequenz wird nach 5 Sekunden angezeigt.

Trainingszeitanzeige
1 Block = 10 Minuten Trainingszeit,
6 Blöcke = 1 Stunde.



Nach einer Stunde, wenn alle Blöcke schwarz dargestellt sind, beginnt der Zyklus erneut, d. h., es erscheint wieder 1 Block.

4 Um Ihre Trainingszeit zu kontrollieren, bringen Sie den Armbandempfänger nahe an das Polar Logo auf dem Sender. Die absolvierte Trainingszeit wird drei Sekunden lang angezeigt.



3. Beenden der Herzfrequenz-Messung

1 Drücken Sie die Taste zum Beenden der Herzfrequenz-Messung.



2 Der Dateiabruf (die nun beschriebenen Schritte 2-4) folgt automatisch.



3 Durchschnittliche Herzfrequenz = AVG (Anzeige für 3 Sekunden)



Gebrauchs- anleitung a1

Polar A1 Herzfrequenz-Meßgerät



POLAR

3. Beenden der Herzfrequenz-Messung und Abrufen der Datei – Fortsetzung

4 Gesamte Trainingszeit = TOTAL (Anzeige für 3 Sekunden)



Die durchschnittliche Herzfrequenz und die gesamte Trainingszeit werden zweimal angezeigt.

5 OFF = AUS-Anzeige



Anschließend schaltet sich der Armbandempfänger ab, OFF erscheint auf dem Display.

Der Dateiabruf kann durch Drücken der Taste angehalten werden.

Sie können Ihre Datei auch zu einem späteren Zeitpunkt abrufen. Von der OFF-Anzeige ausgehend drücken Sie die Taste und halten diese gedrückt, bis Hold FOR FILE erscheint. Es folgt der eben beschriebene Ablauf.

4. Die Herzfrequenz-Zielzone

Um Ihren Herzfrequenz-Zielzonenbereich zu bestimmen, müssen Sie Ihre maximale Herzfrequenz (MHF) kennen. Zur Schätzung Ihrer MHF gilt folgende Formel: 220 minus Lebensalter. Eine genauere Bestimmung kann Ihr Arzt mit einem Belastungstest durchführen. Ausgehend von der maximalen Herzfrequenz können Sie anhand der aufgeführten Prozentsätze Ihren Zielzonenbereich errechnen.

Maximale Herzfrequenz (MHF) =
220 – Lebensalter
Ihre MHF = 220 – _____ = _____

Quelle: American College of Sports Medicine. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Williams & Wilkins, 1995.

bis 85 % der MHF = Aerobe Zone
mehr als 85 % der MHF = Anaerobe Zone

50-60 % der MHF = Training zur Stabilisierung der Gesundheit
60-70 % der MHF = Training zur Aktivierung des Fettstoffwechsels
70-85 % der MHF = Training zur Verbesserung der Fitness

Ein Training bei einer Herzfrequenz von 50-60 % Ihrer MHF fördert die Stabilisierung Ihrer Gesundheit. Dabei handelt es sich um ein Training mit *leichter* Intensität (z. B. ruhiges Wandern), das schon einen gesundheitlichen Nutzen bringen kann.

Wenn Sie die Herzfrequenz auf 60-70 % Ihrer MHF steigern, betreiben Sie ein Training bei *leichter* bis *mäßiger* Intensität zur Aktivierung des Fettstoffwechsels. Dieser Herzfrequenz-Bereich ist vorteilhaft zur Verbesserung

Ihrer Fitness und fördert die Gewichtsreduktion.

Ein Training bei 70-85 % Ihrer MHF eignet sich zur Verbesserung der Fitness. Hier ist das Training bei *mäßiger* bis *hoher* Intensität mit höherer Belastung verbunden, stärkt jedoch Ihre aerobe Fitness. Es lohnt sich – vorausgesetzt, Sie haben Spaß daran.

Finden Sie Ihre Zielzone:

Leichte Intensität:
Obergrenze: 0,60 x Ihre MHF = _____
Untergrenze: 0,50 x Ihre MHF = _____

Leichte bis mäßige Intensität:
Obergrenze: 0,70 x Ihre MHF = _____
Untergrenze: 0,60 x Ihre MHF = _____

Mäßige bis hohe Intensität:
Obergrenze: 0,85 x Ihre MHF = _____
Untergrenze: 0,70 x Ihre MHF = _____

Sprechen Sie daher mit Ihrem Arzt, wenn Sie

- älter als 35 Jahre sind
- während der letzten 5 Jahre nicht regelmäßig Sport betrieben haben und/oder eine vorwiegend sitzende Tätigkeit haben/hatten
- Übergewicht haben
- rauchen
- hohen Blutdruck haben
- einen hohen Cholesterinspiegel im Blut haben
- irgendwelche Anzeichen oder Symptome einer Erkrankung haben
- nach einer schweren Erkrankung oder medizinischen Behandlung, etwa einer Operation, in der Rekonvaleszenz sind
- blutdruckregulierende Medikamente oder Herzmittel einnehmen
- schwanger sind
- in der Vergangenheit unter Atembeschwerden litten
- einen Herzschrittmacher oder ein sonstiges implantiertes elektronisches Gerät tragen

Gehen Sie auf Nummer sicher

Regelmäßig Sport zu treiben, kann Ihr Leben verändern; gehen Sie jedoch kein unnötiges Risiko ein. Um auf Nummer sicher zu gehen, sollten Sie gegebenenfalls vorher medizinischen Rat einholen.

5. Pflege und Wartung

Ihr Polar Herzfrequenz-Meßgerät ist ein präzises Meßgerät und sollte deshalb sorgfältig behandelt werden. Die nachstehenden Empfehlungen werden Ihnen dabei helfen, viele Jahre Freude an diesem Produkt zu haben.

Armbandempfänger

Die Gummichtung, die die Wasserdichtigkeit des Empfängers sicherstellt, kann beim Öffnen des Empfängers beschädigt werden. Um die Wasserdichtigkeit zu garantieren, empfehlen wir, Ihren Empfänger zu jeglichem Batteriewechsel an die Polar-Serviceabteilung zu senden (siehe Service- und Garantiekarte). Dies ist vor allem dann wichtig, wenn Sie Ihr Herzfrequenz-Meßgerät beim Schwimmen benutzen.

Polar Sender

Der Sender wird automatisch aktiviert, wenn Sie ihn mit dem elastischen Gurt um Ihren Brustkorb angelegt und die Elektroden angefeuchtet haben. Er schaltet automatisch ab, wenn der Sender/Gurt abgenommen wird. Jedoch können Schweiß und Feuchtigkeit den

Sender aktiviert halten. Deshalb ist es wichtig, die Elektroden nach jedem Gebrauch abzutrocknen.

Wichtig: Reinigen Sie den Sender regelmäßig mit milder Seife und Wasser, um den Schweiß zu entfernen. Außerdem kann durch regelmäßiges Reinigen die Lebensdauer der Elektroden wesentlich erhöht werden. Verwenden Sie keine Schleifmittel oder Chemikalien wie Stahlwolle oder Alkohol zur Reinigung. Sie können Dauerschäden an den Elektroden verursachen.

Anmerkung: Den Polar Sender niemals biegen, insbesondere nicht während der Lagerung (nicht mehr, als zur Aufbewahrung in der Originalverpackung notwendig), da dies die Leitfähigkeit der Elektroden beeinträchtigen könnte. Die durchschnittliche Lebensdauer der Batterie beträgt ca. 2.500 Betriebsstunden. Die Senderbatterie kann nicht ersetzt werden. Schicken Sie bei Bedarf das komplette Herzfrequenz-Meßgeräte zum Service an Polar.

☺ Der Sender kann von Polar recycelt werden.

6. Wichtige Hinweise

Verwendung von Polar Herzfrequenz-Meßgeräten beim Schwimmen

Ihr Polar Herzfrequenz-Meßgerät ist bis zu einer Wassertiefe von 30 Metern wasserdicht.

Die Herzfrequenz-Messung im Wasser stellt aus folgenden Gründen hohe technische Anforderungen an das Produkt:

- Schwimmbeckenwasser mit hohem Chlorgehalt und Salzwasser können elektrisch leitfähig sein und dadurch zu einem Kurzschluss der Elektroden führen, sodass das EKG-Signal vom Sender nicht registriert werden kann.
- Durch einen Sprung ins Wasser oder heftige Muskelbewegungen bei intensivem Schwimmen kann der Wasserwiderstand zu einem Verrücken des Senders auf dem Körper in eine Position führen, an der das EKG-Signal nicht mehr registriert werden kann.
- Die Stärke des EKG-Signals schwankt je nach der Zusammensetzung des Körpergewebes des Benutzers.

Der Anteil der Personen, die Probleme mit der Herzfrequenz-Messung haben, ist bei der Verwendung im Wasser erheblich höher als beim Gebrauch in anderer Umgebung.

Polar Herzfrequenz-Meßgeräte bei Kälte und Wärme

Setzen Sie Ihr Polar Herzfrequenz-Meßgerät nicht extremer Kälte oder Wärme aus, und legen Sie es nicht in die direkte Sonne. Vermeiden Sie abrupte Wechsel von Kälte in Wärme und umgekehrt (z. B. Sauna).

Polar Herzfrequenz-Meßgeräte und Interferenzen Elektromagnetische Interferenzen

Störungen können in der Nähe von Hochspannungsleitungen, Ampeln, Oberleitungen, Fernsehgeräten, Automotoren, Fahrradcomputern, motorisierten Trainingsgeräten, Mobiltelefonen, Flugzeugen sowie beim Passieren von elektronischen Sicherheitsschleusen auftreten.

Störungen durch andere Herzfrequenz-Meßgeräte

Der Polar Armbandempfänger reagiert auf Sendersignale innerhalb einer Reichweite von einem Meter. Achten Sie bei der Verwendung Ihres Polar Herzfrequenz-Meßgerätes darauf, dass sich keine anderen Sender in diesem Bereich befinden. Gleichzeitig empfangenen Signale von mehr als einem Sender können zu fehlerhaften Messungen führen.

Trainingsgeräte

Verschiedene elektrische oder elektronische Komponenten von Trainingsgeräten wie etwa LED-Anzeigen, Motoren und elektrische Bremsen können Störsignale verursachen. Um solche Probleme zu lösen, gehen Sie folgendermaßen vor:

1. Nehmen Sie den Polar Sender von der Brust ab, und trainieren Sie auf Ihrem Trainingsgerät ohne Herzfrequenz-Messung.
2. Bewegen Sie den Empfänger, bis Sie einen Bereich nahe des Trainingsgerätes finden, in dem er keine Störsignale anzeigt. Interferenzen sind häufig direkt vor dem An-

zeigenboard des Trainingsgerätes am stärksten, während der Bereich links oder rechts davon relativ frei von Störungen ist.

3. Legen Sie den Sender wieder an, und befestigen Sie den Empfänger während des Trainings am Trainingsgerät im interferenzfreien Raum.
4. Wenn Ihr Polar Herzfrequenz-Meßgerät bei der Benutzung des Trainingsgerätes nun immer noch nicht richtig funktioniert, so verursacht das Trainingsgerät möglicherweise zu starke elektrische Störungen für die Verwendung in Verbindung mit der drahtlosen Herzfrequenz-Messung.

Polar Electro GmbH Deutschland
Hessenring 24
D-64572 BÜTTELBORN
www.polar-deutschland.de

Hersteller:
Polar Electro Oy
Professorintie 5
FIN-90440 KEMPELE
Tel. +358-8-520 2100
Fax +358-8-520 2300

www.polar.fi

POLAR

7. Häufig gestellte Fragen

Was soll ich tun, wenn ...

... **keine Herzfrequenz angezeigt wird** (- -) **oder die Anzeige zwischendurch immer wieder auf 00 springt**?

- Kontrollieren Sie, ob der Brustgurt fest genug angelegt ist. Er soll so angelegt sein, dass die Elektroden flach auf der Haut aufliegen. Achten Sie darauf, dass das Polar Logo die richtige Position hat.
- Kontrollieren Sie, ob die beiden Elektroden gut angefeuchtet sind. Der Sender funktioniert auf trockener Haut nicht korrekt, da der elektrische Kontakt ohne ausreichende Feuchtigkeit nicht sichergestellt ist.
- Haben sich Schweiß und Schmutz auf den Elektroden angesammelt, so kann dies die Ursache für den schlechten Kontakt sein. Elektroden, wenn nötig, reinigen.
- Kontrollieren Sie, ob sich in Ihrer Umgebung ein elektromagnetisches Feld (etwa durch einen Monitor, ein Fernsehgerät oder ein Mobiltelefon) befindet.
- Trat bei Ihnen ein kardiales Ereignis auf, das mögli-

cherweise Ihr EKG beeinflusst hat? Wenden Sie sich in diesem Fall an Ihren Arzt.

... **das Herzsymbol in der Anzeige unregelmäßig blinkt oder die Herzfrequenzanzeige extrem hoch ist (über 200)?**

- Möglicherweise sind Sie in den Bereich eines starken elektromagnetischen Feldes geraten, das fehlerhafte Anzeigen auf dem Armbandempfänger verursacht. Kontrollieren Sie Ihre Umgebung, und entfernen Sie sich von der Störungsquelle.
- Kontrollieren Sie, ob sich der Polar Armbandempfänger innerhalb des Empfangsbereichs von maximal einem Meter um den Polar Sender befindet.
- Kontrollieren Sie, ob sich der elastische Gurt nicht während des Trainings gelockert hat.
- Kontrollieren Sie, ob die Elektroden des Senders befeuchtet sind.
- Stellen Sie sicher, dass sich im Empfangsbereich (1 Meter) kein anderer Herzfrequenz-Sender befindet.

6. Eine Herzrhythmie kann unregelmäßige Werte verursachen. In diesem Fall sprechen Sie bitte mit Ihrem Arzt.

... **eine andere Person mit einem Herzfrequenz-Meßgerät Störungen verursacht?**

Halten Sie Abstand von Ihrem Trainingspartner und fahren Sie mit Ihrer Trainingseinheit normal fort.

... **das Display leer oder schwach ist?**

Lassen Sie sich durch einen autorisierten Fachhändler beraten, oder senden Sie das komplette Gerät an Polar ein.

8. Technische Spezifikationen

Das Polar Herzfrequenz-Meßgerät wurde entwickelt, um die Herzfrequenz während körperlicher Aktivität anzuzeigen. Andere Anwendungsbereiche sind nicht vorgesehen. Die Herzfrequenz wird in Schlägen pro Minute (bpm) angezeigt.

Polar Sender

Batterie: Eingebaute Lithiumzelle
Lebensdauer: ca. 2.500 Betriebsstunden
Umgebungstemperatur: -10 °C bis +50 °C
Wasserdicht
Material: Polyurethan

Elastischer Gurt

Material der Schnalle: Polyurethan
Material des Gewebes: Nylon, Polyester und Naturkautschuk mit geringem Latexanteil

Armbandempfänger


Batterie: CR 2025
Lebensdauer: ca. 2 Jahre (2 Stunden/Tag, 7 Tage/Woche)
Umgebungstemperatur: -10 °C bis +50 °C
Wasserdicht: bis 30m
Material des Armbandes: Polyurethan
Material der Schnalle des Armbandes: Polyoxymethylen
Material der Gehäuserückseite: Nichtrostender Stahl gemäß EU-Richtlinie 94/27/EU und der zugehörigen Änderung 1999/C 205/05 über die Freisetzung von Nickel aus Erzeugnissen, die dazu vorgesehen sind, in direkten und lange andauernden Kontakt mit der Haut zu kommen.
Genauigkeit der Herzfrequenz-Messung: ±1 % oder ±1 Schlag/Minute (je nachdem, welcher Wert größer ist). Die Definition gilt für konstante Bedingungen.
Gesamte Trainingszeit: 9 h 59 min
Anzeige der Trainingszeit < 1 h: mm:ss
Anzeige der Trainingszeit > 1 h: hh:mm
Mindestaufzeichnungsdauer: 1 min

9. Garantie des Herstellers

- Polar gewährt dem Erstkäufer dieses Herzfrequenz-Meßgerätes eine Garantie (siehe Service- und Garantiekarte) ab Kaufdatum bei Mängeln, die auf Material- oder Fabrikationsfehler zurückzuführen sind. **Bitte bewahren Sie den Service- und Garantiekartenabschnitt und/oder den Kaufbeleg gut auf.**
- Von der Garantie ausgeschlossen sind: Beschädigungen durch unsachgemäßen und/oder kommerziellen Gebrauch, Verschleiß, Unfall oder unsachgemäße Handhabung sowie Missachtung der wichtigen Hinweise. Ausgenommen von der Garantie sind auch die Batterien sowie das gesprungene oder zerbrochene Gehäuse des Empfängers und der elastische Gurt.
- Die Garantie umfasst keine Schäden oder Folgeschäden, die durch Wartungsarbeiten von nicht durch Polar autorisiertem Personal entstanden sind.
- Während der Garantiezeit wird das Produkt bei Fehlern kostenlos repariert oder ersetzt.
- Der Inhalt dieser Gebrauchsanleitung ist allein für informative Zwecke gedacht. Die beschriebenen

Produkte können im Zuge der kontinuierlichen Weiterentwicklung ohne Ankündigung geändert werden.

- Polar Electro Oy übernimmt keinerlei Verantwortung oder Gewährleistung bezüglich dieser Gebrauchsanleitung oder der in dieser beschriebenen Produkte. Polar lehnt jegliche Ansprüche auf Entschädigungen, egal ob direkt oder indirekt, die aufgrund der Benutzung dieser Anleitung oder des Produktes entstehen könnten, ab.
- Diese Garantie schränkt weder die gesetzlichen Rechte des Verbrauchers nach dem jeweils geltenden nationalen Recht noch die Rechte des Verbrauchers gegenüber dem Händler aus dem zwischen beiden geschlossenen Kaufvertrag ein.

 Dieses CE-Symbol weist darauf hin, dass dieses Produkt der Richtlinie 93/42/EWG entspricht.

Copyright © 2001 Polar Electro Oy, 90440 Kempele, Finnland.

10. Weitere Produkte von Polar

Zubehör

- Polar Fahrradhalterung
- Zusätzliches Polar Sender-Set, falls mehrere Personen mit dem Herzfrequenz-Meßgerät trainieren wollen
- Polar elastischer Gurt (XS (27 cm), S (54 cm), M (Standard, 61 cm) und L (74 cm))
- Polar Textil-Armbänder
- Triumph Sport-BH „Pulsebeat“ mit Einschubmöglichkeit für den Sender

Polar Herzfrequenz-Meßgeräte

Die Polar Produktlinie umfaßt Modelle für die unterschiedlichen Anforderungen – vom Wellness-Orientierten bis hin zum Profi im herzfrequenzkontrollierten Training – Polar bietet für jeden das richtige Modell.

Fragen Sie bitte Ihren Fachhändler nach weiteren Details.

Polar Electro GmbH Deutschland
High Tech Equipment
64572 Büttelborn
Polar Herzfrequenz-Meßgeräte



Vfg 123/1997

Vorläufige Allgemeinzuteilung einer Frequenz für die Benutzung durch die Allgemeinheit Nr. 778 unter Verwendung von Sende- und Empfangsfunkanlagen der Vertriebsfirma POLAR ELECTRO GmbH Deutschland, High Tech Equipment, 64572 Büttelborn

- Hiermit wird auf Grund § 47 Abs. 1 und 5 des Telekommunikationsgesetzes (TKG) vom 25. Juli 1996 (BGBl. Teil I S. 1120) die Frequenz 5 kHz als Allgemeinzuteilung für die Benutzung durch die Allgemeinheit unter Verwendung von Sende- und Emp-

fangsfunkanlagen der Vertriebsfirma **POLAR ELECTRO GmbH Deutschland High Tech Equipment, 64572 Büttelborn**, mit der Typenbezeichnung „**Polar Herzfrequenz-Meßgeräte**“ vorläufig zugeteilt. Diese Frequenzzuteilung erfolgt vorbehaltlich einer endgültigen Regelung nach Inkrafttreten der auf § 47 Abs. 4 TKG beruhenden Rechtsverordnung. Diese Funkanlagen dienen zur Herzfrequenz-Messung und -Anzeige mit einer magnetischen Feldstärke von 68,5 dBµA/m in 3 m Meßentfernung.

- Im Rahmen dieser Frequenznutzung dürfen andere Telekommunikationsanlagen, die öffentlichen Zwecken dienen, sowie andere Funkanlagen nicht gestört werden.

- Es bedarf keiner weiteren Frequenzzuteilung und keiner Konformitätsbewertung im Sinne des § 61 TKG im einzelnen, wenn die für diese Frequenznutzung und für diesen Verwendungszweck in den Verkehr gebrachten Funkanlagen mit dem beim Bundesamt für

Post und Telekommunikation (BAPT) technisch geprüften Baumuster elektrisch und mechanisch übereinstimmen und wie folgt gekennzeichnet sind: Bundesadler, Zulassungszeichen „**BZT G750778J**“ sowie Name der Vertriebsfirma POLAR ELECTRO GmbH Deutschland, High Tech Equipment, 64572 Büttelborn, und der Typenbezeichnung „Polar Herzfrequenz-Meßgeräte“. Diese Kennzeichnung ist am Gehäuse der Funkanlagen entweder auf einem Typenschild oder an örtlich zusammenhängender Stelle, wenn die Form einer Prägung oder Gravur gewählt wird, an gut sichtbarer Stelle anzubringen. Die Kennzeichnung muß dauerhaft und abnutzungssicher ausgeführt und so mit dem Gehäuse verbunden sein, daß sie beim Entfernen zerstört wird. Sie muß von außen jederzeit sichtbar sein.

- Im Rahmen dieser Allgemeinzuteilung besteht für die Benutzer solcher Funkanlagen keinerlei Schutz vor frequenzmäßigen Beeinträchtigungen durch andere Frequenznutzer im gleichen Frequenzbereich.

Zusatzhinweise für die Vertriebsfirma und die Benutzer einer unter dieser Allgemeinzuteilung in den Verkehr gebrachten Funkanlage

- Die Vertriebsfirma dieser Funkanlagen ist verpflichtet, jedem unter dem obengenannten Zulassungszeichen in den Verkehr zu bringenden Funkgerät einen vollständigen Nachdruck dieser Allgemeinzuteilung beizufügen.

- Diese Allgemeinzuteilung schließt weitere Zuteilungen der gleichen Frequenz für ähnliche oder gleiche Zwecke unter Verwendung anderer Geräte nicht aus.

- Auf Grund dieser allgemeinen Frequenzzuteilung dürfen diese Funkanlagen mit anderen Telekommunikationsanlagen verbunden werden, soweit dafür ein Bedarf besteht, die jeweiligen technischen und telekommunikationsrechtlichen Anforderungen erfüllt werden und die sonstigen technischen Voraussetzungen gegeben sind.

- Auskünfte über die erforderlichen Anforderungen im Falle einer gewünschten Verbindung dieser Funkanlagen mit anderen Telekommunikationsanlagen erteilen die zuständigen Außenstellen des Bundesamts für Post und Telekommunikation (BAPT).

- Die obengenannten Sende- und Empfangsfunkanlagen müssen die Vorschriften des EMVG erfüllen, also auch eine CE-Kennzeichnung tragen.

- Diese allgemeine Frequenzzuteilung hat weder die Strahlungssicherheit noch die elektrische und mechanische Sicherheit der Funkanlagen einschließlich der Antennenanlagen zum Gegenstand. Hierfür gelten die einschlägigen Bestimmungen und Vorschriften.

- Diese allgemeine Frequenzzuteilung betrifft nur telekommunikationsrechtliche Sachverhalte der Frequenznutzung. Sonstige Vorschriften, auch telekommunikationsrechtlicher Art, und Rechte Dritter, insbesondere

ggf. zusätzliche erforderliche Zulassungen und Genehmigungen, z.B. baurechtlicher oder privatrechtlicher Art, bleiben unberührt.

- Es ist verboten, die vorstehenden Funkanlagen zum Abhören zu benutzen. Das Abhören und die Aufnahme von Nachrichten, die für andere bestimmt sind, ist unzulässig. Der Inhalt der Nachrichten sowie die Tatsache des Empfangs dürfen, auch wenn der Empfang unbeabsichtigt geschieht, anderen nicht mitgeteilt werden.